Cuvânt despre pravila de chilie

Intră în cămara ta şi, încuind uşa ta, roagă-te Tatălui tău Celui într-ascuns, şi Tatăl tău Cel Ce vede întru ascuns îţi va răsplăti ţie la arătare (Mt. VI, 6). Iată instituirea de către Domnul însuşi a rugăciunii însingurate de chilie.

Domnul, Care a poruncit rugăciunea însingurată, adeseori petrecea El însuşi în dânsa în vremea pribegiei Sale pământeşti, după cum povesteşte Evanghelia. El nu avea unde să-Şi plece capul - şi de aceea pentru El chilia tăcută, liniştită, o înlocuiau adeseori tăcutele înălţimi ale munţilor şi grădinile umbroase.

Inainte de a merge la pătimirile prin care trebuia să fie cumpărată mântuirea neamului omenesc, Domnul S-a rugat în însingurată grădină Ghetsimani de la marginea cetăţii. în vremea rugăciunii, Dumnezeu-Omul Şi-a plecat genunchii; din pricina încordării cu care Se nevoia în rugăciune, sudoarea îmbelşugată curgea în picături de sânge de pe faţa Lui pe pământ. Grădina Ghetsimani era alcătuită din măslini seculari. Şi ziua, la lumina razelor soarelui, acolo era o umbră deasă - iar atunci era lăsată asupra ei noaptea întunecată a Palestinei. Nimeni nu împărţea cu Domnul rugăciunea Lui: departe de Dânsul se aflau ucenicii adormiţi, în jur - firea adormită. într-acolo a venit cu făclii şi cu gloată înarmată vânzătorul: vânzătorul ştia locul şi vremea îndrăgite ale rugăciunilor lui Iisus.

Intunecimea nopţii ascunde lucrurile de ochii iscoditori, liniştea tăcerii nu răspândeşte auzul. în tăcere şi în noapte omul se poate ruga mai cu luare-aminte. Domnul alegea pentru a Se ruga mai ales însingurarea şi noaptea - le alegea cu scopul ca noi nu doar să ne supunem poruncii lui privitoare la rugăciune, ci să şi urmăm pildei Lui. Domnul, pentru El însuşi, ar fi avut nevoie de rugăciune ? Rămânând, ca om, cu noi pe pământ, El totodată, ca Dumnezeu, era nedespărţit de Tatăl şi de Duhul, avea aceeaşi dumnezeiască voie şi stăpânire ca a lor.

Intră în cămara ta şi, încuind uşa ta, roagă-te Tatălui Tău Celui într-ascuns. Fie ca de rugăciunea ta să nu ştie nici o *stângă* a ta - nici prietenul tău, nici ruda, nici însăşi slava deşartă, ce împreună-vieţuieşte cu inima ta şi te aţâţă să povesteşti cuiva despre nevoinţa ta în rugăciune, să dai ceva de înţeles cu privire la ea!

Incuie uşa chiliei tale de oamenii ce vin pentru vorbiri deşarte, ca să-ţi răpească rugăciunea; închide uşa minţii de gândurile străine, care se vor înfăţişa ca să te tragă de la rugăciune; închide uşa inimii tale de simţirile păcătoase, care vor încerca să te tulbure şi să te pângărească: şi *roagă-te.*

Nu îndrăzni să aduci lui Dumnezeu rugăciuni stufoase şi măiestrite, alcătuite de tine, oricât de puternice şi mişcătoare ţi s-ar părea: ele sunt odraslă a raţiunii căzute şi, fiind jertfă spurcată, nu pot fi primite pe jertfelnicul duhovnicesc al lui Dumnezeu -iar tu, admirând expresiile alese ale rugăciunilor alcătuite de către tine şi luând lucrarea subţire a slavei deşarte şi patimii dulceţii drept mângâiere a conştiinţei şi chiar a harului, te vei abate departe de rugăciune. Te vei abate departe de rugăciune chiar în timp ce ţi se va părea că te rogi cu îmbelşugare şi că de acuma ai înaintat întrucâtva în a plăcea lui Dumnezeu.

Sufletul ce se află la începutul căii lui Dumnezeu e cufundat într-o adâncă neştiinţă a tot ce e dumnezeiesc şi duhovnicesc, chiar de ar fi bogat în înţelepciunea acestei lumi. Din pricina acestei neştiinţe, el nu ştie cum şi cât trebuie să se roage. Pentru a ajuta sufletul aflat în starea de pruncie, Sfânta Biserică a rânduit pravile de rugăciune. Pravila de rugăciune este o culegere de câteva rugăciuni alcătuite de Sfinţii Părinţi, cei de Dumnezeu insuflaţi, adaptată pentru anumite împrejurări şi o anumită vreme.

Scopul pravilei este de a aduce sufletului cantitatea de gânduri şi simţiri de rugăciune care îi e de trebuinţă - gânduri şi simţiri nerătăcite, sfinte, cu adevărat plăcute lui Dumnezeu. De asemenea gânduri şi simţiri sunt pline haricele rugăciuni ale Sfinţilor Părinţi.

Pentru îndeletnicirea cu rugăciunea dimineaţa este o anumită culegere de rugăciuni care se cheamă **rugăciuni de dimineaţă** sau **pravilă de dimineaţă;** pentru rugăciunea de noapte, înainte de a merge spre somn - o altă culegere de rugăciuni, numită **rugăciuni pentru cei ce merg spre somn** sau **pravilă de seară.** O culegere aparte de rugăciuni este citită de către cei care se pregătesc pentru împărtăşirea cu Sfintele lui Hristos Taine, şi se numeşte **pravila Sfintei împărtăşiri.** Cei ce au închinat o parte mare din timpul lor îndeletnicirilor evlavioase citesc în jurul ceasului al treilea după masă o culegere aparte de rugăciuni, care se cheamă **pravilă zilnică** sau **monahală.** Alţii citesc în fiecare zi câteva catisme, câteva capitole din Noul Legământ, fac câteva metanii: toate acestea se cheamă **pravilă.**

Pravilă! Ce nume potrivit, luat din însăşi lucrarea pricinuită în om de rugăciunile numite „pravilă" ![131] Pravila de rugăciune dă dreaptă şi sfântă îndreptare sufletului, îl învaţă să se închine lui Dumnezeu în Duh şi Adevăr (In. IV, 23), în timp ce sufletul ce e lăsat de capul său n-ar putea să meargă drept pe calea

rugăciunii. Din pricina vătămării şi întunecării sale de către păcat, el s-ar abate negreşit pe alături, nu rareori şi în prăpastie: ba în împrăştiere, ba în visare, ba în felurite năluci deşarte şi amăgitoare de stări înalte de rugăciune, alcătuite în el de slava deşartă şi iubirea de sine.
Pravilele de rugăciune îl țin pe rugător într-o aşezare sufletească mântuitoare, de smerenie şi pocăință, învățându-1 a se osândi neîncetat pe sine, hrănin-du-1 cu străpungerea, întărindu-1 cu nădejdea în Atotbunul şi Atotmilostivul Dumnezeu, veselindu-1 cu pacea lui Hristos, cu dragostea de Dumnezeu şi de aproapele.

Cât de înalte şi de adânci sunt **rugăciunile dinainte de Sfânta împărtăşanie**! Ce preaînaltă pregătire dau ele celui care se apropie de Sfintele lui Hristos Taine ! Ele curăță şi împodobesc casa sufletului cu minunate gânduri şi simțiri, atât de bineplăcute lui Dumnezeu. Măreață zugrăvire şi tâlcuire îşi află în aceste rugăciuni cea mai mare dintre tainele creştineşti; dimpotrivă față de această măreție, în chip viu şi foarte potrivit sunt înşirate neajunsurile omului, sunt arătate neputința şi nevrednicia lui. Din aceste rugăciuni străluceşte, ca soarele de pe cer, neurmata bunătate dumnezeiască, din pricina căreia El a binevoit a se uni atât de strâns cu omul, neluând seama la nimicnicia lui.

Rugăciunile de dimineață respiră vioiciunea, prospețimea dimineții: cel care a văzut lumina soarelui şi lumina pământească a zilei se deprinde să dorească vederea Luminii celei înalte, duhovniceşti, şi a zilei fără de sfârşit cărora le dă naştere Soarele dreptății: Hristos.

Scurta odihnă a somnului din vremea nopții e o închipuire a somnului îndelungat din întunericul mormântului: şi **rugăciunile celor ce merg spre somn** ne amintesc de trecerea noastră în veşnicie, ne fac să cercetăm tot ce am lucrat de-a lungul zilei, ne învață să aducem lui Dumnezeu prinosul mărturisirii păcatelor săvârşite şi al pocăinței pentru ele.

Citirea Acatistului Preadulcelui Iisus, în afară de valoarea sa proprie, slujeşte ca minunată pregătire pentru îndeletnicirea cu rugăciunea lui Iisus, care se spune în acest fel: *Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-măpe mine, păcătosul.* Această rugăciune alcătuieşte aproape singura îndeletnicire a nevoitorilor foarte sporiți, ce au ajuns la simplitatea şi curăția pentru care orice multă gândire şi multă grăire sunt o împrăştiere împovărătoare. Acatistul arată ce gânduri trebuie să însoțească rugăciunea lui Iisus, ce pare foarte uscată începătorilor. El, pe toată întinderea sa, înfățişează doar cererea păcătosului pentru miluire de către Domnul Iisus Hristos; însă această cerere capătă felurite înfățişări, potrivit cu mintea pruncească a începătorilor - pruncilor li se dă mâncare înmuiată mai înainte.

In Acatistul Maicii Domnului este cântată înomeni-rea lui Dumnezeu-Cuvântul şi măreția Maicii lui Dumnezeu, pe Care pentru naşterea din Ea a lui Dumnezeu înomenit o fericesc *toate neamurile* (Le. I, 48). Ca într-un mare tablou, în Acatist e zugrăvită cu nenumărate şi minunate trăsături, culori şi nuanțe marea Taină a înomenirii lui Dumnezeu-Cuvântul. Orice tablou capătă viață când lumina e reuşită: şi Acatistul Maicii lui Dumnezeu e luminat de o neobişnuită lumină harică. Această lumină are lucrare îndoită: mintea o luminează, umple inima de bucurie şi credință. Nepătrunsul e primit ca şi cum ar fi pe deplin pătruns, prin minunata lucrare pricinuită asupra minții şi inimii.

Mulți creştini evlavioşi, mai ales călugări, săvârşesc o pravilă de seară mult prelungită, folosindu-se de liniştea şi întunericul nopții. La **rugăciunile celor ce merg spre somn** ei adaugă citirea unor catisme, citirea Evangheliei, Apostolului, citirea acatistelor şi metaniile dimpreună cu rugăciunea lui Iisus. în ceasurile când lumea oarbă se dedă veseliilor nebuneşti şi gălăgioase, robii lui Hristos plâng în liniştea chiliei lor, revărsând rugăciuni pline de osârdie spre Domnul. După ce au petrecut noaptea în priveghere nebunească, fiii lumii întâmpină ziua care vine cu duh întunecat şi trândav; cu duh vesel şi priveghetor, cu conştiința şi simțirea unei neobişnuite uşurințe de a cugeta la Dumnezeu şi de a săvârşi toată fapta bună -aşa întâmpină robii lui Dumnezeu ziua a cărei noapte dinainte au petrecut-o în nevoința rugăciunii.

Domnul S-a pus în genunchi în vremea rugăciunii Sale: nici tu nu trebuie să treci cu vederea plecările genunchilor, dacă ai putere îndeajuns ca să le săvârşeşti. Prin închinăciunea până la pământ, după tâlcu-irea Părinților, este închipuită căderea noastră, iar prin sculare de la pământ - răscumpărarea noastră[132], înainte de începerea pravilei de seară este deosebit de folositor a face metanii după putere: ele obosesc şi încălzesc întrucâtva trupul, iar inimii îi împăr-
tăşesc un simțământ de întristare evlavioasă; atât o lucrare cât şi cealaltă pregătesc citirea cu osârdie şi luare-aminte a pravilei.
în timpul săvârşirii pravilei şi a metaniilor nu trebuie deloc grabă; atât pravila cât şi metaniile trebuie săvârşite cu cât mai multă negrabă şi luare-aminte. Mai bine să citeşti mai puține rugăciuni şi să faci mai puține metanii, însă cu luare-aminte, decât multe fără luare-aminte.

Alege-ţi pravilă pe măsura puterilor tale. Ceea ce a spus Domnul despre sâmbătă - că ea e pentru om, nu omul pentru ea (Mc. II, 27) - poate şi trebuie să înţelegem cu privire la toate nevoinţele evlavioase, printre care şi pravila de rugăciune. Pravila de rugăciune e pentru om, nu omul pentru pravilă: ea trebuie să îl ajute pe om la atingerea sporirii duhovniceşti, nu să-i fie o povară anevoie de purtat, care striveşte puterile trupeşti şi tulbură sufletul. Cu atât mai mult ea nu trebuie să fie pricină trufaşei şi pierzătoarei păreri de sine, pierzătoarei osândiri şi înjosiri a aproapelui.

Pravila de rugăciune aleasă cu înţelepciune, potrivit cu puterile şi felul de viaţă al omului, este un mare ajutor celui care se nevoieşte pentru mântuirea sa. Săvârşirea ei la ceasurile rânduite devine obicei, nevoie firească neapărat trebuincioasă. Cel ce a dobândit aceste fericit obicei abia se apropie de locul unde obişnuieşte să-şi săvârşească pravila, că sufletul deja i se umple cu o aşezare de rugăciune: nici nu a reuşit să rostească vreun cuvânt din rugăciunile pe care le citeşte, că inima i se şi umple de străpungere, iar mintea s-a adâncit cu totul în cămara lăuntrică.

„Mai bine", a zis un mare Părinte[133], „o pravilă scurtă, dar împlinită în chip statornic, decât una Iun-
numărate şi minunate trăsături, culori şi nuanţe marea Taină a înomenirii lui Dumnezeu-Cuvântul. Orice tablou capătă viaţă când lumina e reuşită: şi Acatistul Maicii lui Dumnezeu e luminat de o neobişnuită lumină harică. Această lumină are lucrare îndoită: mintea o luminează, umple inima de bucurie şi credinţă. Nepătrunsul e primit ca şi cum ar fi pe deplin pătruns, prin minunata lucrare pricinuită asupra minţii şi inimii.

Mulţi creştini evlavioşi, mai ales călugări, săvârşesc o pravilă de seară mult prelungită, folosindu-se de liniştea şi întunericul nopţii. La **rugăciunile celor ce merg spre somn** ei adaugă citirea unor catisme, citirea Evangheliei, Apostolului, citirea acatistelor şi metaniile dimpreună cu rugăciunea lui Iisus. în ceasurile când lumea oarbă se dedă veseliilor nebuneşti şi gălăgioase, robii lui Hristos plâng în liniştea chiliei lor, revărsând rugăciuni pline de osârdie spre Domnul. După ce au petrecut noaptea în priveghere nebunească, fiii lumii întâmpină ziua care vine cu duh întunecat şi trândav; cu duh vesel şi priveghetor, cu conştiinţa şi simţirea unei neobişnuite uşurinţe de a cugeta la Dumnezeu şi de a săvârşi toată fapta bună -aşa întâmpină robii lui Dumnezeu ziua a cărei noapte dinainte au petrecut-o în nevoinţa rugăciunii.

Domnul S-a pus în genunchi în vremea rugăciunii Sale: nici tu nu trebuie să treci cu vederea plecările genunchilor, dacă ai putere îndeajuns ca să le săvârşeşti. Prin închinăciunea până la pământ, după tâlcu-irea Părinţilor, este închipuită căderea noastră, iar prin scularea de la pământ - răscumpărarea noastră[132], înainte de începerea pravilei de seară este deosebit de folositor a face metanii după putere: ele obosesc şi încălzesc întrucâtva trupul, iar inimii îi împărtăşesc un simţământ de întristare evlavioasă; atât o lucrare cât şi cealaltă pregătesc citirea cu osârdie şi luare-aminte a pravilei.

In timpul săvârşirii pravilei şi a metaniilor nu trebuie deloc grabă; atât pravila cât şi metaniile trebuie săvârşite cu cât mai multă negrabă şi luare-aminte. Mai bine să citeşti mai puţine rugăciuni şi să faci mai puţine metanii, însă cu luare-aminte, decât multe fără luare-aminte.

Alege-ţi pravilă pe măsura puterilor tale. Ceea ce a spus Domnul despre sâmbătă - că ea e pentru om, nu omul pentru ea (Mc II, 27) - poate şi trebuie să înţelegem cu privire la toate nevoinţele evlavioase, printre care şi pravila de rugăciune. Pravila de rugăciune e pentru om, nu omul pentru pravilă: ea trebuie să îl ajute pe om la atingerea sporirii duhovniceşti, nu să-i fie o povară anevoie de purtat, care striveşte puterile trupeşti şi tulbură sufletul. Cu atât mai mult ea nu trebuie să fie pricină trufaşei şi pierzătoarei păreri de sine, pierzătoarei osândiri şi înjosiri a aproapelui.

Pravila de rugăciune aleasă cu înţelepciune, potrivit cu puterile şi felul de viaţă al omului, este un mare ajutor celui care se nevoieşte pentru mântuirea sa. Săvârşirea ei la ceasurile rânduite devine obicei, nevoie firească neapărat trebuincioasă. Cel ce a dobândit aceste fericit obicei abia se apropie de locul unde obişnuieşte să-şi săvârşească pravila, că sufletul deja i se umple cu o aşezare de rugăciune: nici nu a reuşit să rostească vreun cuvânt din rugăciunile pe care le citeşte, că inima i se şi umple de străpungere, iar mintea s-a adâncit cu totul în cămara lăuntrică.

„Mai bine", a zis un mare Părinte[133], „o pravilă scurtă, dar împlinită în chip statornic, decât una Iun-
gă, dar părăsită după scurtă vreme" - iar această soartă o au întotdeauna pravilele de rugăciune nepotrivite cu puterile omului: în primul avânt al înfier-bântării, nevoitorul le împlineşte câtăva vreme -luând, fireşte, aminte mai mult la cantitate decât la calitate; după care istovirea pricinuită de nevoinţa peste puteri îl sileşte treptat să o scurteze şi să scurteze pravila.

Şi adeseori nevoitorii care fără dreaptă socotinţă îşi iau asupră-le o pravilă împovărătoare trec de la

pravila multostenicioasă drept la părăsirea oricărei pravile. După lăsarea pravilei, şi chiar numai după scurtarea ei, asupra nevoitorului se abate negreşit tulburarea. Din pricina tulburării, el începe să simtă o neorânduială sufletească. Din neorânduiala sufletească se naşte trândăvia (akedia). Crescând în tărie, aceasta pricinuieşte slăbănogire şi zăpăceală - iar din lucrarea acestora nevoitorul lipsit de dreaptă socotinţă se dedă vieţii nelucrătoare, împrăştiate, cade cu nepăsare în păcatele cele mai grosolane.

După ce ţi-ai ales o pravilă de rugăciune pe potriva puterilor şi trebuinţei tale sufleteşti, străduieşte-te cu osârdie şi fără de abatere s-o împlineşti: acest lucru este de trebuinţă pentru păstrarea puterilor morale ale sufletului tău, aşa cum e de trebuinţă pentru păstrarea puterilor trupeşti întrebuinţarea îndestulătoare de fiecare zi, la anumite ceasuri, a unei hrane sănătoase.

„Nu pentru părăsirea psalmilor ne va osândi Dumnezeu în ziua judecăţii Sale", grăieşte Sfântul Isaac Şirul, „nu pentru părăsirea rugăciunii, ci pentru intrarea dracilor în noi, care urmează părăsirii lor. Dracii, când află loc, intră şi zăvorăsc uşile ochilor noştri: atunci plinesc cu voi, ca şi cu nişte unelte ale lor, în chip silnic şi necurat, cu cea mai cruntă răzbunare, tot ce-i oprit de Dumnezeu. Şi din pricina părăsirii a ceea ce este mic (a pravilei), pentru care omul se învredniceşte de ocrotirea lui Hristos, ne facem supuşi (dracilor), precum a scris un oarecare înţelept: „Cel ce nu îşi supune voia sa lui Dumnezeu, şi-o va supune potrivnicului său". Acestea (pravilele), care ţi se par mici, se fac pentru tine ziduri împotriva celor ce caută să ne robească. Săvârşirea acestora (pravilelor) înlăuntrul chiliei a fost rânduită în chip prea-înţelept de aşezătorii tipicului bisericesc, din descoperire de Sus, pentru păstrarea vieţii noastre"[134].

Marii Părinţi, care din îmbelşugarea harului Dumnezeiesc în ei petreceau în necurmată rugăciune, nu părăseau nici pravilele lor, pe care obişnuiau a le săvârşi în anumite ceasuri ale priveghерii de noapte. Multe dovezi ale acestui fapt le vedem în vieţile lor: Antonie cel Mare, săvârşind pravila ceasului al nouălea - ceasul al nouălea bisericesc corespunde ceasului al treilea al amiezii - s-a învrednicit de dumnezeiască descoperire; când Preacuviosul Serghie de Radonej se îndeletnicea cu citirea Acatistului Maicii lui Dumnezeu i s-a arătat Preasfânta Fecioară însoţită de Apostolii Petru şi Ioan.

Preaiubite frate! Supune-ţi libertatea ta pravilei: ea, lipsindu-te de libertatea cea pierzătoare, te va lega numai ca să-ţi aducă libertatea duhovnicească, libertatea cea în Hristos. La început, legăturile vor părea împovărătoare; mai apoi, se vor face de mare preţ pentru cel legat cu ele. Toţi sfinţii lui Dumnezeu au primit asupră-le şi au purtat jugul cel bun al pravilei de rugăciune: urmând lor, şi tu urmezi în această privinţă Domnului nostru Iisus Hristos, Care după ce S-a înomenit ne arăta în ce chip trebuie să ne purtăm, lucrând aşa cum lucra Tatăl Lui (In. V, 19), spunea ceea ce îi poruncea Tatăl (In. XII, 49), avea drept ţel plinirea întru totul a voii Tatălui (In. V, 30). Voia Tatălui şi a Fiului şi a Sfântului Duh e una singură. Cu privire la om, ea stă în mântuirea oamenilor. Atotsfântă Treime, Dumnezeul nostru, Slavă Ţie! Amin.